إبنك والمدرسة

إرشادات تربوية ونفسية للأم



د. محمد قرني

إبنك والمدرسة

دراسة نفسية مبسطة

دكتور
محمد قرني

المركز العربي للنشر والتوزيع
٤ شارع سعد زغلول ـ اسكندرية
ت ٨١٠٨٢٨

بسم الله الرحمن الرحيم

التوزيع بالقاهرة

المركز العربي الحديث

١٠٣ شارع الامام على ـ ميدان الاسماعيلية ـ مصر الجديدة

لا تضرب ... طفلك ... !!

« ان استخدام العقوبة البدنية فى تنشئة الطفل سبيل سهل يسرع اليه والده او المسئولين عن تربيته تهربا من مسئوليتهم ازاءه ، ولكنها تمثل فى صميمها اعلانا لا يخطىء فى دلالته على عجز الكبار عن فهم الطفل وادراك الطفولة . وهى الى جانب ذلك علامة اكيدة على فشلهم فى كسب ثقة الصغير بهم وتنمية ثقته بنفسه وبالتالى فشلهم فى اعظم مهمة توكل اليهم وهى حسن اعداد الطفل لواجهة الحياة فى اطمئنان وسعادة » .

من هنا جاء اختلاف الراى فى اهمية العقاب وضرورته ، وخصوصا العقاب البدنى فى تنشئة الطفل . ففى هذا المجال هناك رأيان متضاربان فهناك الراى الذى يقول بان الاخطاء التى يرتكبها الطفل اثناء مرحلة الطفولة لا يردع الطفل عنها ولا يقومها غير العقاب .

وأصحاب هذا الرأى يستشهدون بتجارب الماضى حين كان العقاب فى الأجيال السابقة هو الوسيلة المفضلة لرد الطفل عن الخطأ وتوجيهه الى السلوك القويم أى السلوك الذى يرضى الكبار عنه ويقولون ان الفساد الذى يعانى منه العالم الآن وخروج الأبناء على طاعة الآباء وانصرافهم الى الوان من العبث لم تكن معروفة من قبل انما مرده الى ما ساد الميدان التربوى من توجيهات هى أقرب ما تكون الى النظريات التى لا يساندها الواقع ولا تدعمها حاجات التنشئة السليمة . والى جانب هذا الرأى يوجد الرأى الذى يقول ان الغرض من التنشئة ليس صب الطفل فى قالب معين محدد المعالم والسمات يقرره له الكبار حتى ينشا على غرار ما يريدون له ، وانما هو الأخذ بيده ومساعدته لكى

يحقق أقصى ما لديه من قدرات وامكانيات ، وبعبارة أخرى أن الهدف الرئيسي من التنشئه معاونة الطفل على ان يحقق السلام مع نفسه ومع بيئته حتى يهنأ بحياته ويسعد بها ويوفق فيهما ويصل عن طريق العمل المنتج الى تحقيق ذاتيته من ناحيه ، والاسهام فيما يعود بالخير على مجتمعه من ناحيه أخرى .

ويدخل في ذلك أيضا اعداد الطفل بحيث تتوافر له الشجاعه لمواجهه الواقع ومحاولة حل مشكلاته بدلا من الهرب منها مستعينا على ذلك بالتعاون والتفاهم لا بالاصطدام والعنف .

ويستشهد أصحاب هذا الرأى بأن الطفل ليس مجرد وعاء يستقبل التوجيهات والمعارف ، وانما هو عطاء وراثى يتفاعل منذ اللحظة الأولى لمولده مع المؤثرات البيئيسة على نحو يجعل منه فردا مستقلا ومتميزا عن غيره من الأفراد .

الاحساس بالطمانينة :

ذلك بالاضافة الى العقاب البدنى يسبب للطفل الما بدنيا ومعنويا هو الشعور بالمزلة والمهانة فوق ما ينميه من فقد حب الوالدين .

وايا كان الأمر مع هذين الاتجاهين فان هناك بعض الحقائق عن شئون الطفولة تبينها الرواد من المهتمين بحياة الطفل من أمثال فرويد . . . .

وفى مقدمة هذه الحقائق ما يعرف باسم « الحاجات فسية للطفولة » .

واهمها حاجة الطفل الى الطمانينة .

واول ما يقال في هذا ... ان حاجة الطفل الى الطمانينة قلما تكون موضع الفهم الواعي السليم من الوالدين خصوصا الأم .

فان هذه الحاجة تبدأ مع الطفل منذ لحظة مولده وترتبط بالوسيلة التي تعامل بها الأم — وليس أى شخص سواها كالدادة مثلا — الطفل فانه منذ بواكير حياته يدرك العالم حوله عن طريق الحواس وهو يترجم الاحساسات التي تسري في جسمه أثناء العناية بتغذيته ونظافته ومداعبته وخصوصا أثناء الرضاعة الطبيعية يترجمها اما الى لذة وراحة واطمئنان او الى الم وجزع وقلق .

ومن هنا كانت الرضاعة الطبيعية بكل ما يصاحبها من دفء هي حجر الاساس في توفير الشعور بالطمانينة للطفل .

ثم يتبع ذلك حاجة الطفل الى الحرية وهي ليست كما يظن البعض التدليل والفوضى ... كما انها ليست هي الاعتداء على حقوق الآخرين وحرياتهم او الخروج على العرف الأخلاقي المتفق عليه ... أو الاستهانة بالغير وعدم المبالاة بما يبدون من آراء .

اما الحرية الحقة هي اتاحة الفرصة للطفل لكي ينمو بدنيا وذهنيا ووجدانيا ولكي يعبر عن رأيه وشعوره في حدود ما يقتضيه التفكير التعاوني بينه وبين افراد الأسرة ومع الحرص على راحتهم ورعاية حقوقهم .

والحرية بهذا المعنى لا يمكن ان تقوم او تنمو الا اذا عومل الطفل على اساس من الزمالة والتقدير لا الارهاب أو الاهمال او التحقير .

مثل هذه الحرية زيادة على انها تتيح للطفل استثمارا مفيدا لطاقته الزائدة فانها في الوقت ذاته تعبر عن ثقتنا به وهو باشد الحاجة الى هذه الثقة لكي يكتسب عن طريقها الشعور بالثقة بالنفس وهي السبيل الى شعوره بالهدوء والاستقرار والطمأنينة ثم هي ايضا سبيله للتفتح والانطلاق ·

هذا بالاضافة الى ان انصراف الطفل الى القيام بعمل يشعر بالرغبه فيه واللذة منه مران غير مباشر على اكتساب عادة التركيز ·

وما اشد الحاجة الى ان يكتسب الطفل هذه العادة لكي تكون عدمه في التحصيل والنجاح مستقبلا ·

حب الاستطلاع والمعرفة :

ومن الحاجات النفسية الهامة للطفل حاجته الى اشباع دافعه الملح الى المعرفة عن طريق السؤال والخبرة الشخصية معا ·

فهو في هذا السن ؟ يتدفق نشاطا وحساسية كما ان خياله يكون على اشده انطلاقا ورغبته على اشدها في اختيار ما يجذب انتباهه مستخدما في ذلك قدراته وحواسه كلها ·

ونحن جميعا نعرف أن النشاط الجسمي للطفل في هذه السن المبكرة يدفعه الى حركة لا تكاد تهدأ ، وأن نشاطه العقلي يدفعه الى سؤال لا يكاد ينقطع والى محاولة التعرف على كل ما يقع تحت متناول يده عن طريق اللمس والفحص

وهو في هذه الحالات جميعا لا يقصد الاتلاف والتدمير ولا يتحرك بدافع الفضول أو رغبة الاستطلاع وحدها ·

وانما تحركه ايضا رغبته في ان يثبت وجوده واهميته بالنسبه الى حوله ... كي يحقق الطمانينة لنفسه في هذا العالم الكبير الملىء بالغموض والتحديات له .

هذه الرغبة اذا فهمها الكبار على حقيقتها وعملوا على تلبيتها للطفل دعموا من شعوره بالثقة بالنفس والاطمئنان الى الحياة ، وحبطوا كثيرا بفرض السلوك الذى يضيقون به ، وقد يرونه جديرا بالعقاب ... اما اذا أحبطوها كما يحدث في كثير من الأحيان فلا يكون من شان ذلك الا خلق المتاعب للكبار وللطفل على السواء .

ثم هناك أخيرا حاجة الطفل الى الشعور بانه موضع الحب والقبول . ومن الأسف ان العلاقة البيولوجية والاجتماعية بين الطفل ووالديه وحدها لا تكفي لاشعاره بالحب والقبول بل لابد الى جانب هذه العلاقة من السلوك خاص يتحقق للطفل عن طريقه هذا الشعور .

وقد المحنا فيما سبق الى بعض العوامل التي يمكن ان تحقق للطفل الشعور بانه محبوب ومقبول ، وبالتالي ان تكون عاملا في دعم شعوره بالطمانينة ..... وشعور الطفل بالحب والقبول هو الغذاء الذي ينمو عليه نفسيا والذى بدونه لا يمكن أن يسير نموه النفسي على اساس سليم او دون اضطراب خطير .

الأدب « الخلقي » :

ولا شك أن من بين الأهداف الرئيسية لعملية التنشئة ان يكتسب الطفل الأدب اى ان يصبح متوافقا بوجه عام مع العرف الأخلاقي للبيئة التي يعيش فيها ، قادرا على ضبط رغباته اذا جمحت حتى لا يصطدم مع قيود هذه البيئة .

ويمكن القول أن هناك وسيلتين تربويتين تستخدمان فى تنشئة الطفل لمعاونته على أن يصبح « مؤدبا » ٠

الوسيلة الأولى :

هى معاملة الطفل معاملة تتسم بالشدة والغلظة التى قد تصل الى حد القسوة احيانا والتجهم له واقامة حاجز وجدانى بين الكبار وبينه والامتناع عن ملاحظته واظهار الود له ٠٠٠ والاسراع الى عقابه بدنيا كلما ارتكب ما يعد فى نظر الكبار خطأ ٠

هذه الطريقة كانت السائدة فى ارجاء العالم جميعا حتى اواخر القرن الثامن عشر بل وحتى جزء غير قليل من القرن التاسع عشر ايضا ٠

والمنهج الرئيسى فى تنشئة الطفل على ضوء هذا المفهوم هو اصدار الأوامر والتعليمات له ومراقبة تنفيذه اياها بكل دقة ومحاسبته الحساب العسير على أى خروج عليها لأن ذلك كان يعنى فى نظر الكبار الاهمال أو التحدى وكلاهما غير مقبول ومستحق للعقاب ٠

ومن الواضح أن هذا المنهج كان ينظر الى الطفل بوصفه « راشدا صغيرا » عليه واجب الطاعة العمياء « للراشد الكبير » ٠

وهذه النظرة ابعد ما تكون عن الفهم السليم للطفل بوصفه فردا متميزا له تفكيره وحاجاته الخاصة ٠

وبالتالى ابعد ما تكون عن فهم معنى الطفولة وخصائصها وحاجاتها ٠

ومن الواضح أيضا أن تأديب الطفل كان عملية تفرض عليه من الخارج تحت التهديد بالعقاب أو معاقبته فعلا ٠

ولما كان الطفل بحاجة دائما الى حب والديه وقبولهما اياه ، فانه كان يجد نفسه في صراع ينتهي به في كثير من الاحيان ... اما الى الخضوع وفقد الشخصية .... او الى التمرد والتبرم والعصيان ... او الى الادب المطلوب طلبا لرضى الكبار عنه وتجنبا لفقده الحب والقبول وما يسببه له هذا الفقد من شعور بعدم الطمانينة والضياع .

الوسيلة الثانية :

وهي التي تنادي بها المدرسة الحديثة في تنشئة الطفولة منذ اوائل هذا القرن فانها تدعو الى احاطة الطفل بالحب والعطف والقبول وتهيئة جو من الدفء يعيش فيه واتاحة الحرية له لكي ينمو وينضج ذهنيا ووجدانيا .

انها تدعو الى ان يقترن الحب بالحزم وهي اذ تنادي بالحرية لا تعني الحرية الخالية من اي قيد لانهـا في هـذه الحالة ترادف الفوضى ، ولكنها الحرية الموجهة التي لا تتزمت حتى تعطل النمو ولا تترخص حتى تستحيل الى افساد وفوضى .

والطفل نفسه بحاجة الى قدر من هذا التوجيه لانه يخرجه من الحيرة والتخبط الذين يجد نفسه فيهما بين الحاح رغباته ودوافعه من ناحية ورغبته في ارضاء الوالدين والحصول على حبهما وقبولهما من ناحية اخرى . الطفل في هذا الجو سيصل الى الادب ليس فرضا عليه من الخارج ، ولكن انبعاثا من الداخل في محـاولته الاحتفاظ بحب ينعم به ورغبته في الاستزادة منه .

وليس معنى هذا بحال الا يراجع الطفل اذا صدر عنه خطا ، ولكن المراجعة في هدوء واحترام وتفاهم شيء والعقاب في انفعال وتحقير وغضب شيء اخر .

والمراجعة كفيلة بأن تؤدي الغرض المرجو منها اذا قامت العلاقة بين الكبار والطفل على الثقة والاطمئنان والاحترام.

وأيما كان الأمر فشتان بين الأدب يصل اليه الطفل فرضا من الخارج تحت التهديد بالعقاب وفقد الحب ... ، والأدب الذي يصل اليه في ظل الاطمئنان والرغبة في الاستزادة من هذا الحب .

هذا المنهج الذي يحيط الطفل بالحب والاحترام وينشئه في جو من الدفء سيدعو الى فهم الطفل ومعرفة البواعث المحركة لسلوكه .

فما أكثر ما يصدر عن الطفل من أمور لا تروق لنا نحن كبار ... فاذا نحن تقصينا بواعثها ودوافعها وجدناها حاولة طبيعية من الطفل لمعرفة شيء غامض عليه ... أو تعبير عن غيره لم نتنبه الى أسبابها ، أو رغبة في تقرير ذاته وجذب الانتباه اليه ... أو غير ذلك مما يكاد يتعذر علينا حصره في حياة الطفولة .

والعقاب بوجه عام عامل هدام للنفسية لانه يعجز الطفل عن رؤية أي جمال مادي أو معنوي في بيئته كما يعمل على تدمير نفسه وتدمير ما حوله وهو في كثير من الاحيان يمثل لدى الطفل ظلما يقع عليه لانه في نظره لم يرتكب خطأ يستحق عليه العقاب .

فاذا كان الأسلوب المستخدم في مقابلة ما لا يروق من سلوك الطفل هو المسارعة الى عقابه دون تقصي بواعث السلوك غير المرغوب فيه فليس من المستبعد ان ينشأ الطفل وقد ترسب في نفسه الشعور بالاضطهاد الذي يدفعه الى سوء الظن والتمرد أو ينشئه على الخضوع والسلبية وضياع الشخصية .

الارهاب يولد الانفجار :

ولذا كان بعض المربين قد نـادوا أخيرا بـأن العقوبة البدنية فى تنشئة الأطفال قد تؤدب بعض من لا تجدى معهم وسـائل التقويم الأخرى ودعوا الى هذه العقوبة احيـانا لتحقيق السـلوك المرغوب فيـه فأرجح الظن ان الشـأن مع هؤلاء وهم قلة على أيه حال ٠

انهم ترخصوا مع الطفل ترخيصا اختلطت فيه الحرية بالفوضى أو لـم يصـبروا على الطفل الصـبر الكـافى ولـم يتقصـوا دوافع سـلوكه بمـا ييسر لهم الفهم الصـحيح والسليم لهذه الدوافع ٠٠٠ وبالتالى بمـا ييسر لهم سـبل تحقيقها على النحو الذى يفيد الطفل منه ٠

وأيا كان الأمر فان الذى يعرف الطفولـة ومشـاكلها وحاجاتها يتعذر عليه أن يـرى فى سـلوك الطفل ما لا يمكن أن يقوم بغير العقـاب ولنـذكر اخيرا القول الذى يقضى بأن الطفل قلما يكون على خطـا وحتى لو بدا الطفل عنيـدا أو مشاكسا أو رافضـا أو متحـديا ٠٠٠٠ فمرجع ذلك الى انه يعانى من عدم فهم الكبـار لـه ٠

ان ما قد نراه خطأ من جانب الطفل يكون له عادة دوافعه البعيدة عن الخطـأ من وجهة نظره على الأقل ٠

والأرجح ان يكون الخطـأ فى هذه الحـالات من جانب الكبار الذين لسبب أو لآخر لا يحيطونه بأسباب الطمأنينة اللازمة أو لا يتيحون لقدراته فرص التفتح والنمو السليمة أو لا يحققون له رغبته فى المعرفة وتقدير الذات أو لا يفهمون بواعث سلوكه ٠

هؤلاء الذين يتوقعون منه أن يكون كالآلة الصماء تؤمر فتطيع ... وتوجه فتستجيب أى هؤلاء هم الذين يهددون انسانيته بما لهم عليه من حق القوى على الضعيف .

مهما حسنت النيات فى ذلك فان العقوبة البدنية نوع من الارهــاب ينزل بالطفــل والارهاب يولد امــا الانفجــار أو الانهيار ... !!

★ ★ ★

طعام الافطار ٠ ٠ ٠ ٠ وذكاء التلاميذ !!

ان يتناول ابنك افطاره هذا ضرورى ٠٠ ولكن ان يقوم من نومه متأخرا ثم يسرع بالذهاب الى المدرسة دون ان يتناول طعام الافطار ٠٠٠

فهذا معناه متاعب كثيرة اثناء اليوم الدراسى ٠٠ بل واثناء العام كله ٠ فالافطار ضرورى لكل تلميذ ٠٠٠ انه يساعد على الانتباه اثناء حصص اليوم ويعطيه القدرة على الاستفادة من كل كلمة تقال امامه ٠

ولكن قبل كل شىء يجب ان اوضح تأثير عدم تناول الافطار انه خطر يهدد يوم الطفل الدراسى لان عدم التغذية يؤثر على قدرة الطفل على استيعاب ما يلقيه المدرس ٠

بل لقد تأكد أن اغماء التلاميذ ورغبتهم الشديدة فى النوم ٠٠٠ وتظهر بوضوح عند دخول الطفل الفصل والسر فى ذلك هو عدم تناول طعام الافطار ٠ معنى ذلك أن طعام الافطار ضرورة لاستمرار الطفل يقظا خلال اليوم الدراسى كله ٠

فالافطار يحفظ نسبة السكريات فى الدم وهذا شىء اساسى فى حياة كل انسان فالسيارة لا يمكن أن تتحرك دون وجود البنزين الذى يحترق ، كذلك جسم الانسان لا يمكن أن يعمل بطريقة سليمة بدون وجود الغذاء الذى يستخدم كمصدر للطاقة اللازمة لنشاط الانسان ٠

والآن هذه هى النتائج التى اعلنتها جامعة هامبورج بعد أن استمر بحثها لمدة عشر سنوات ٠٠٠ وكان هذا البحث يدور حول تأثير عدم تناول طعام الافطار على قدرة الانسان :

أول حقيقة علمية كشف عنها البحث كانت عن قدرة الانسان على أداء الوظائف المختلفة لقد تأكد ان عدم تناول الافطار يؤدى الى نقص كبير فى قدرة الانسان على الانتاج خاصة فى ساعات الصباح المتأخرة ٠

وعند دراسة حالة الطلاب ٠٠٠ تأكد ان عدم الافطار يؤدى الى نقص قدرة الطالب على الانتباه ٠٠٠ مع عدم الرغبة والقدرة على أداء الأعمال الدراسية ٠ اما عن الأطعمة التى يتناولها التلاميذ فى الصباح ٠٠٠ فقد وجد أن تنوع الاصناف ليس هو العامل الهام فى التغذية ، ولكن المهم هو احتواء هذه الأصناف على العناصر الغذائية اللازمة ٠

فقد وجد مثلا انه من الضرورى وجود كمية من السكر فى الدم عند الصباح وهو الشىء الذى لا يحدث عند عدم تناول طعام الافطار ٠

أما عن أنواع البروتينات اللازمة فقد وجد ان البروتين الحيوانى لا يختلف عن البروتين النباتى فى أداء الدور المطلوب ٠

ما هو تأثير تناول وجبة خفيفة فى منتصف الصباح بدلا من تناول طعام الافطار ؟

لقد أكد البحث ان الانصراف من المنزل مع عدم تناول الافطار ثم الاكتفاء بساندوتش بعد ساعات من الصباح عادة غير صحية فالقابلية على القيام بالعمل عند تناول الافطار فى موعده تكون أكبر من قابلية الانسان الذى يكتفى بهذا السندوتش الذى يلتهمه بعد ساعات الصباح ٠

بل ان تناول الافطار فى موعده ثم اضافة وجبة أخرى فى منتصف الصباح لا تزيد من القدرة على الانتاج ٠

اذن فالمهم هو تناول الافطار فى موعده ثم بعد ذلك لا يهم ان تأكل مرة اخرى أو لا تفعل ففى طعام الافطار الكفاية ٠٠ !

طفلك ... والمدرسة ... والطب النفسي

قبل أى شيء :

هل يمكن ان يذهب الطفل الى الطبيب النفسي ؟

الرد : نعم ... فالطفل الصغير معرض لمعظم الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكيه التى قد تصيب الكبار .

ولكن فى بعض الاحيان يختلط على الأسرة الامر :

هل هى شقاوة أم مرض ؟

هل هى مضاعفات ... أم مجرد « عفرتة » أولاد ؟ !

وهكذا يمكن أن يكون هناك مرض ما يحتاج فيه الطفل الى رعاية الطبيب النفسي .

هنا ... يتجه العلاج نحو الطفل .. وكل من يعيشون معه ... وكل من يتعاملون معه مباشرة .

وعادة يضع الطبيب النفسي فى الاعتبار المحادثات التى تدور مع الطفل عندما يكون عمره أكثر من ستة أعوام .

اما قبل هذا العمر فان هناك أكثر من طريق الى الحقيقة ...

والآن نبدا فى مناقشة ما يقوله الآباء ... ونحاول الوصول الى الحقيقة من خلال كلماتهم .

لا يحب الاختلاط :

عادة ينطوى الطفل عندما يحس انه اقل من الآخرين ... وعلى هذا يخفى نقصه ويبتعد عن كل الناس ! ...

أو يكون هذا الانطواء ـ أحيانا ـ وراثيا ...

والنصيحة هنا هي تشجيع الطفل على الاختلاط ... ولا يجب الانتظـار حتى يكبر ثم نطلب منـه الاختـلاط بالاطفال ... بل يجب أن نشجعه على ذلك فورا ! ...

ولا مانع هنا من اغراء اصدقائه الأطفال بالحلوى حتى يختلطوا به ... ويخرجوه من عالمه الخاص ...

وأحيانا يكون الانطواء بسبب وجود مرض نفسي ... فالاكتئاب الناتج من الحرمان العاطفي يمكن ان يؤدي الى الانطواء ...

كذلك قد يكون الانطواء بسبب أعراض عضوية يمكن علاجها دوائيا ... وعند الطبيب المتخصص العلاج المناسب لمثل هذه الحالة ...

يهرب من المدرسة :

انه يهرب من المدرسـة ... والده يضربه ... أمـه تصرخ في وجهـه ... ومع ذلك فهو لا يريد ان ينتظـم في دراسته ... يريد ان يهرب دائما من المدرسة ...

في مثل هذه الحالة يجد الباحث اكثر من سبب يمكن ان يؤدي الى هروب الطالب من المدرسة .

ـ قد يشعر بانه اقل من زملائه ... انه ينقص عنهم في أشياء كثيرة ... وهكذا فليس غريبا أن يهرب من مجتمع يشعر أنه ناقص فيه ! ...

ـ ومن المحتمل ان يكون هنـاك من يعاقبه دائمـا ... ويعذبه ... وهكذا يهرب من المدرسـة حتى لا يلتقي بهـذا المدرس المتعب !!

ـ وهناك المدارس التى ترهق الأطفال الصغار بالمقررات الضخمة ... والواجبات المدرسية المتعددة ... ولا يجد الطفل الصغير الا الهروب كوسيلة للراحة !

ـ قد يكون فى تصرفات الطفل ما يجعله محل سخرية من زملائه ... ان هذه السخرية تؤلمه ... ولذلك يهرب منها بعدم الذهاب اصلا الى المدرسة ففى البيت لا يشعر بالألم ... لأن الكل يحبونه ... ولا يسخرون منه ... !!

ـ الاحتمال الأخير هو وجود جو من الفوضى وعدم الاستقرار فى المنزل ... وهذا بالطبع يدفع الطفل الى عدم الانضباط والانتظام فى الدراسة ... وهذا غالبا لا يزعج احدا فى هذا البيت الذى يعيش على الفوضى ! ..

فى كل الحالات السابقة يمكن علاج الموقف بايجاد جو مناسب فى حياة الطفل يدفعه الى الذهاب الى المدرسة ...

ولكن اذا كان الهروب من المدرسة لا يرجع الى اى سبب من الأسباب السابقة ... فهناك احتمال أن يكون الطفل مصابا بحالة مرضية يحتاج الى طبيب نفسانى ليعالجه ويعود الى مدرسته دون ان يفكر فى الهروب منها .

يؤلف قصصا كاذبة :

فى الحدود المعقولة ... ليس غريبا على الطفل ان يؤلف قصصا وهمية عن بطولته ... !

انه فى البيت ملك متوج : يأمر ... فيطاع !

الكل يتحركون بأمره ... بحركة واحدة منه تحـــدث أشياء خطيرة ... ثم يذهب الى المدرسة ليضيع فى الزحام ليسمع الاوامر ... وينفذها .

ليهرب من ضرب بعض زملائه ... وعنفهم .

وهكذا يجد أنه هنا فى المدرسة لا ينال كل ما يطلبه... ويعود الى مملكته : البيت .

هنا يبدأ الحـــديث عن بطولاته الوهمية ... وكلمـا زادت هذه القصــص الوهميـة كان ذلك دليلا على احساس الطفل بأنه أقل من غيره !

وواجب الآباء هنا هو الاستماع الى هذه القصص جيدا .. ومحاولة معرفة هذه الأوجه التى توضح نقطة الضعف عند ابنهم ...

ثم يبـدأ دور الأهل فى ارشـــاد الطفل الى أن هنـــاك اختلافا دائمـا بين النـــاس وبعضــــهم البعض ... وليس معقولا أن يكون الكل على نفس المستوى فى كل شيء ... .

ولـكن لا يعـنى ذلك أن تقتــل الطموح عند طفلك ... فالطموح مطلوب دائما ولكن بلا وجود لهذا الصراع المدمر للطفل .

اما اذا فشل الآباء فى علاج هذه الحالة التى يكون فيها الطفل بطلا دائما لروايات أسطورية مبالغ فيها ... فالعلاج يكون بمساعدة الطبيب النفسانى .

يسرق أى شيء :

السرقة عند الأطفال قد تكون بسبب حب تملك شيء ما ينقص الطفــل ... لقد طلب من والده قلم رصـــاص ...

ورفض والده شراءه ثمنه ولم يجد أمامه الا أن يسرق من زميل !

انه هنا يشعر بالنقص ويحاول ان يعوضه ...

ومن الخطأ هنا اهانة الطفل ... وليس من العقل أن يصرخ الاب في وجهه : يا حرامي !

بل الأفضل التحول معه في حوار هادئ ... يفهم من خلاله انه اخطأ لانه سرق .. وانه ليس من الضروري ان يكون عنده كل شيء عند زميله .. لأن النـاس يختلفون فيما يملكون ...

وتبدأ النصيحة بان يعرف الطفل ان السرقة تغضب الله وان الله هو الذي يعطى الناس كل شيء .. ولكنه غير المعقول ان يعطى الله الشخص الذي يسرق ... ويغضبه .

أما النوع الآخر من السرقة فيكون بغرض الانتقام !

فالطفل يسرق أشياء يمتلكها طفل آخر ليقطعهـا ... يلقيها في مكان مجهول ... وواضح أن ذلك تصرف فيه الانتقام نتيجة للاحساس بالغيرة .

وعلى هذا يبدأ العلاج بأن يعرف الطفل انه لا معنى لاحساسه بالغيرة ... وأنه شخصيا قد يكون افضل من هذا الطفل الذي يغير منه ...

وهكذا اذا نجح الأهل في تصفية شحنة الغيرة من نفسية الطفل كان ذلك بداية لانصرافه عن عمليات الانتقـام التي يقوم بها ... ومن بينها : السرقة .

= ٢١ =

يضرب زملائه :

ابني يتحدى بالضرب على كل زملائه في المدرسة ... انه يكسر اى لعبة تصل الى يده ... يخنق القطة ... يقتل العصفور ... يعض من يلعب معه ثم يجرى هاربا ... انه كثير الحركة ... مشتت الانتباه ...

ولكن الشيء الثابت في كل تصرفاته العدوان الدائم ...!

الواقع ان هذا التصرف قد يكون نوعا من الاحتجاج !!

فالطفل يجد ان كل الاهتمام والرعاية والحب ... والحنان ... كل هذه الاشياء بعد ان كانت من حقه وحده انتقلت الى أخ جديد ... ولد حديثا ... !

وهكذا يختفي هو من الصورة بعد ان احاطت العيون المولود الجديد ... تداعبه ... تهتم به ...

والعلاج هنا هو : اعطاء الطفل حقه من الرعاية والاهتمام ... وهكذا .. يعود الى سابق هدوئه .. !

صورة أخرى .. قد يكون الطفل عدوانيا لانه يجد كل من حوله في البيت يتصرفون بهذه الطريقة ...

فالأب يتناقش مع الأم ثم يقذف بالكرسي ... الام تتشاجر مع الاب وتكسر الأطباق ... !!

وهكذا ليس غريبا أن يكتسب الطفل عاداته من تصرفات أهله !

ومن البحوث العلمية الحديثة التربوية تاكد ان رؤية الطفل للتمثيليات في التليفزيون التي يتخللها ضرب وعنف يكون لها التاثير العدواني الذي يدوم لفترة ليست قصيرة بعد انفعاله من مشاهدة التمثيلية ...

وهكذا ... ليس غريبا ان يكون تأثير الأهل له فاعليته الشديدة ... فالتمثيلية هنا مستمرة !

هناك احتمال آخر ... هو ان تكون هذه التصرفات العدوانية ناتجة عن حالات مرضية تكون مصحوبة بتشنجات ... وهنا يكون العلاج عند الطبيب النفسى .

فاشل فى دراسته ...

الأب فى حيرة ... والأم تبكى فهى لا تعرف ماذا أصاب ابنتها الصغيرة ! لقد كانت مجتهدة ثم فجأة أصبحت الأخيرة .

ان أشياء عجيبة تحدث ... والأم تكاد تصرخ من الغيظ وهى تراجع مع ابنتها فى كتاب المطالعة او الحساب .

فالأم تشير الى كلمة . كتب ... وتصرخ من الغيظ عندما تقرأ البنت زرع !

وعندما تضبط الأم أعصابها وتسأل البنت أين هى حروف الكلمة التى نطقت بها ... فان البنت تسارع وتحاول تصحيح ما قالته ... فتقول لا يا ماما ... دى مش زرع .. دى قرأ .. !!

هنا تصرخ الأم ... وتضرب ابنتها ... ثم تبكى على مستقبلها الضائع وتتنوع الصور مع اختلاف ما يقرأ الطفل ...

ففى علم الحساب تذهل الأم عندما تقول لطفلها :

٢ + ٢ = كام ؟

وبسرعة يجيب الطفل بأى رقم ... فهو يقول مثلا ... سبعة فتصرخ الام فى وجهه فيقول :

لا ... لا ... قصدى خمسة !!

وتشعر الام ان طفلها ينطق دون أدنى تفكير ... فتضربه ... حتى يفكر .. ويعرف حاصل جمع ٢ + ٢ = .. !!

فى مثل هذه الحالات يبدأ الطبيب النفسى عمله بفحص الطفل حتى يتأكد من سلامة أعضاء جسمه ... وكذلك يتأكد من عدم وجود تخلف عقلى عند الطفل ... ولكن من السهل التأكد من عدم وجود التخلف العقلى لذا وجد الطبيب ان الطفل كان متفوقا قبل ذلك فى دراسته ... ثم ظهرت عليه فجأة هذه الأعراض التى يصفها ابوه ويقول :

ابنى اصبح بليدا !!

هنا يجد الطبيب النفسى أنه امام حالة محددة ..

طفل زكى ... ولكن يجد صعوبة فى التعليم .

وعندما نستعرض القصص الصغيرة السابقة نجد ان الطفل يعانى من تشتت فى الانتباه ... وصعوبة فى التركيز ..

وغالبا ما يكون سبب ذلك حالة من القلق النفسى الذى ادت الى حدوثه ظروف معينة .

فقد يتشاجر الأب مع الام امام الأطفال ... بصفة مستمرة ... قد يحس الأولاد بالفزع عند رؤية الأم وهى تجمع ملابسها وتريد مغادرة البيت ويبلغ القلق مداه عند رؤية الأب وهو يضرب الام « علقة » بعد مشاجرة عنيفة !

او يكون الطفل فى حالة حزن دائم وهو يسمع ثناء ومديح الكل لأخيه الأكبر ... او تتكرر على سمعه هذه

المقارنات بين ذكاء أخيه ... وعدم قدرته هو على المذاكرة ! وهنا انصح دائما بتجنب المقارنات بين الأخوة في مجال الدراسة .. بين الاخوة اذا كانت هناك فروق ما بينهما ... وبذلك نقلل من حدة الصراع ... وحدة المقارنة المؤلمة .. في بعض الحالات نجد الطفل يخاف من مدرس الحساب مثلا .. وهكذا يكره حصة الحساب ومادة الحساب ... ومن الطبيعي أن يفشل بعد ذلك في عمل ابسط عمليات الحساب !

كذلك في بعض الأحيان نجد ان الطفل معقد من الذهاب الى المدرسة ... فهناك من يسخر منه لأي سبب ... بل هناك من يضربه ... وهناك من يعذبه !

وهذه امور يجب متابعتها وحماية الطفل منها عن طريق المشرف الاجتماعي والمدرسين .. واخيرا نصل الى هذا الاحتمال ... الذي قد يكون السبب الحقيقي في التخلف الدراسي للطفل .

هنا تتجه أصابع الاتهام نحو الجهاز العصبي في الطفل ... أو حدوث نقص في المواد الأساسية اللازمة للتركيز والانتباه .

لكن ماذا يمكن أن يفعل الوالدان عندما تواجههما مشكلة طفل متخلف في دراسته ؟

والرد : .. يجب عليهما بحث حالته وحالتيهما ... وعلى ضوء ما سبق ذكره يمكن العثور على السبب ... وتلافي هذه الظروف التي تؤدي الى حرمان الطفل من التفوق في دراسته .. هكذا قد تنجح المحاولة ويعود الطفل الى نشاطه الدراسي السابق ... أو يكون الاحتمال الآخر ..عدم نجاح المحاولة ... واستمرار الطفل في فشله ... وهنا يكون الوالدان في أحد هذين الموقفين : -

- الفشل في معرفة السبب الحقيقي لتأخر الطفل الدراسي .

- أو عدم اتخاذ القرارات اللازمة والصحيحة لتوجيه الطفل الى الطريق السليم أو الاحتمال الثالث وهو وجود اضطراب في الجهاز العصبي ... ومن الطبيعي أن يفشل الوالدان في اكتشاف وجود مثل هذه الحالة .

اذا وجد الوالدان انهما امام احد هذه الاحتمالات الثلاثة فالمفروض هنا أن يتجها الى الطبيب النفسي ... حيث يمكن مساعدة الوالدين على اتخاذ القرارات المناسبة لانقاذ الطفل من فشله الدراسي .

ومن الضروري على الوالدين تسجيل ادق الملاحظات على تصرفات الابن الطفل - مهما كانت تافهة - لان هذه الملاحظات تساعد الطبيب المعالج على تشخيص الحالة ... واعطاء العلاج المناسب .

★ ★ ★

شخصيتك ... !!

عليك ان تعرف شخصيتك حتى تنجح فى دراستك ومستقبلك ... وزواجك .

ماذا تعرف عن الشخصية ؟ !

الشخصية كلمة نرددها كثيرا وببساطة دون أن نعرف فى أغلب الاحيان — معناها المحدد .

وكلمة الشخصية كلمة كبيرة ... تحمل عدة معان ... وتنعكس شخصية الفرد على معاملاته مع الناس .

فالشخصية هى الصورة المنظمة المتكاملة لسلوك الفرد ، التى تميزه عن غيره ... لانها تشمل عاداته ... وأفكاره ... واتجاهاته واهتماماته ... واسلوبه فى الحياة .

وعندما نحاول وصف أية شخصية فاننا نفسرها على اساس السمات التى تتجلى على صاحبها مثل البشاشة ... التجهم ... السخاء ... البخل ... الصدق ... حب السيطرة ... الرياء .

ولكننا لا نستطيع أن نلصق بشخص ما سمة من هذه السمات الا اذا كانت هذه السمة تميز سلوكه معظم الوقت .

وليست الشخصية مجرد مجموعة من هذه السمات ... بل انها فى الحقيقة حصيلة تفاعل هذه السمات ... بعضها مع بعض !!

فهناك على سبيل المثال الشخص الذكى ... النشيط ... الطيب القلب ... المحب للسيطرة ... ان مثل هذا

الشـــخص يصـلح لأن يكون مســـئولا عن قيـادة عمل من الأعمال .

وهناك الشخص الآخر ... انه كذلك ذكي ... نشيط ... طيب القلب ولكنه مستسلم ... ان مثل هذا الشخص يصلح لأن يكون تابعا مخلصا .

وكذلك نجد ان اختلاف سمة واحدة من السمات التي تميز شخصية ما قد يؤدي الى تغيير في الصورة النهائية للشخصية .

وتمر شخصية الانسان في مراحل مختلفة من الطفولة حتى النضج ... فالطفل مثلا يظهر صفات متضاربة من السلوك ... فهو يحب امه ، ثم يكرهها في لحظتين متتابعتين ... أو قد يكذب ثم يعبر بعد ذلك عن سخطه على الكذب ... ان ذلك يعتبر من مظاهر عدم النضـج في الشـخصية ... ومع مرور الوقت ... وتقـدم عمر الطفـل ... تنضـــج شخصيته وتتكامل ، ويزول هذا التناقض في السلوك .

وعندما نقول ان الشخصية ناضـجة فانما نعني بذلك وجود تناسق في السمات التي تميزها يطبع علاقات الفرد بالناس بطابع السلوك الصحيح ، ويعينه على تحمل كافة المسئوليات ... وتقبل التضحيات المختلفة في سبيل بناء أسرته أو مجتمعه .

ولكن ... هناك ملاحظة ... الا وهي :

ليس من الضروري ان يصل الشـــخص البالغ الى مستوى الشخصـــية المتكـــاملة لمجرد اكتمال نضـجه الجسماني ؛ فقد نجد أحيانا فتاة عمرها ١٨ سنة وتتمتع بنضج في شخصـيتها ... كما نجـد رجلا في الخمسين يعاني من ضعف الشخصية وهناك سؤال هام ...

هل الوراثة دخل فى تحديد سمات الشخصية ؟

او بمعنى آخر ... هل يرث الأولاد عن آبائهم ملامح شخصياتهم ؟

ان عامل الوراثة ضعيف الأثر فى تحديد سمات الشخصية المتصلة بمعاملات الأشخاص الاجتماعيه كمواقف الصداقة او العداء بالنسبة للآخرين وكذلك من المستويات الخلقية ... والاتجاهات التقدميه او الرجعية ... والعلاج النفسى اذن يمكن ان يكون ذا أثر فعال فى تقويم الشخصية !!

ان شخصية الفرد تبدو من خلال تصرفاته مع الناس ... ولن لم يحدث ذلك على الدوام .

فمن الممكن ان نقابل شخصية ذات قوة بالغة ونفوذ واسع ... فنقول عن صاحبها انه عظيم او عبقرى فاذا خلا صاحبها الى نفسه تعجب من رأى الناس فيه لأنه يعلم انه لا يتمتع فعلا بالصفات التى يسبغها عليه الناس ...

فهناك اذن الشخصية الظاهرية التى تعكس على الناس ما يريد صاحبها ان يعتقد الناس فيه

والشخصية الباطنية الحقيقية هى التى يحتفظ بها الفرد فى داخله ... ويحاول اخفاءها حتى لا يتعرض لأنواع مختلفة من الصراع .

ثم انه كثيرا ما يكون مرجع الفشل فى الدراسة او عدم التوفيق فى الحياة الاجتماعية الى ان العائله تريد توجيه الابن او البنت الى دراسة معينه فتتكيف شخصية الابن او البنت على هذا الأساس ويقتنع أى منهما بان هذه الكليه . او هذا العمل هو ما يناسبه

فعلا ... ولكن عندما يبـدأ الابن أو البنت فى مزاولة هذه الدراسة على غير هواه ، يجد ان الفشل يلاحقه ... بل ويشعر بالملل ... وعدم الرغبة فى الاستمرار .

والسر فى ذلك هو أن شخصيته لا تتلاءم مع الطريق الذى أجبر على السير فيه ... فالموافقة الأولى على السير فى الطريق المرسوم له ليست نابعة من رأس الفرد نفسه ... ولكنها فى الحقيقة انعكاس لشخصية الآخرين ،آباء كانوا أو أمهات ... وليس لشخصيته الأصيلة اى دور فى تحديد الطريق الذى أجبر على السير فيه .

وبعد ظهور نتائج الامتحانات يجد الشبان والشابات فى بلدنا أن الاهل فى كثير من الأحيان قد لعبوا الدور الخطير فى رسم مستقبلهم دون الاهتمام بما يضطرب فى نفوسهم من رغبات .

وحتى تعرف الطريق الذى يتفق مع شخصيتك يجب أولا ان تعرف أنواع الشخصيات المختلفة ... ثم تبحث عن نفسك فى وسط هذه الأنواع . والآن تعالوا نتعرف على أنواع الشخصيات التى نعيش فى وسطها ... والتى يمكن أن تكون شخصيتك واحدة منها .

الشخصية الهستيرية :

أنها منتشرة جدا ... ولكن من الصعب تحديد مدى شيوعها فى مصر الا من خلال متابعة حالاتها فى العيادات ....ويقدر أن نسبة وجودها تصل الى ١٠٪ من الأفراد .

وهذه الشخصيه أكثر شيوعا فى النساء منها فى الرجال ، ويحتمل ارتفاع هذه النسبة بينهن الى حوالى ٣٠٪ .

ويثير لفظ هيستريا الخوف والفزع بين الناس ... والسر فى ذلك اعتقاد البعض انها نوع من الجنون ... وهذا خطأ كبير .

فالشخصية الهيسترية ليست مرضا ولكنها تقلب فى العاطفة ... وتغير سريع فى الوجدان لأتفه الاسباب ... مع سطحية الانفعال فى كل الاحوال . فهناك مثلا الفتاة التى تثور من اجل حبها ... بل تهجر عائلتها وبيتها لتتزوج من حبيبها ... ولكن بعد فترة قصيرة تبدأ عاطفتها فى التدهور ... وتبحث عن عاطفة أخرى بديلة .

وهكذا تتميز الشخصية الهيسترية بالذبذبة السريعة ... والعجز عن اقامة علاقة ثابتة لمدة طويلة نظرا لعدم القدرة على المثابرة ونفاذ الصبر ... سريعا !

كذلك نجد ان الشخصية الهيسترية سريعة التأثر بالأحداث اليومية . والأخبار المثيرة ... بما قيل وما يقال ... بل ان اصحاب هذه الشخصية يضعون فى اعتبارهم كل هذه العوامل عند تقديرهم للمواقف ... وهكذا تتأثر قراراتهم بالناحية المزاجية الانفعالية اكثر من تأثرها بالناحية الموضوعية .

فمثلا اذا استمعت سيدة لحديث من صديقة لها عن احدى الجارات ... وكان الكلام غير مرض ... لم تتردد صاحبة الشخصية الهيسترية فى اتخاذ القرار بقطع العلاقات بينها وبين هذه الجارة ... بل وافشاء كل اسرارها وسبها ، دون التأكد من صحة ما قالت ، او محاولة مناقشة الطرف الآخر فى الموضوع .

ومن صفات الشخصية الهيسترية انها محبة للأنانية ... مع رغبة فى الظهور واستجلاب الاهتمام والمجاملة الدائمة لاسترعاء الانتباه ... وحب الاستعراض

والمبالغه في الكلام . والملبس والتبهرج ... مع العمل على لفت الانظار عن طريق القيام بالمواقف المسرحيه ... مع تاويل الكثير من الظواهر العادية بطريقة جنسية ... فاذا ابتسم شاب لفتاة مثلا . فذلك يعني عندها انه يرغبها جنسيا ...

والشاب صاحب الشخصية الهيسترية يفسر ابتسامه فتاة ما له على انها تحاول ايقاعه في حبائلها .

وبالرغم من ان معظم الرجال ينجذبون للشخصيه الهيستريه بحيويتها وانفعالاتها القويه . وجاذبيتها الجنسيه احيانا الا ان الكثيرات من هذا النوع من النساء يعانين من البرود الجنسي

وهكذا قد نصاب بالدهشه عندما نعلم ان ملكات الاغراء الجنسي في العالم يعانون من هذا البرود .

ومن ملامح الشخصيه الهيستريه قدرتها على الهروب من مواقف معينه بالتحلل من شخصيته الاصليه وتقمص شخصيات اخرى تتلاءم مع الظروف الجديده تماما كما يعني الممثله في شخصيه البطل على المسرح عده ساعات ثم يعود الى شخصيته العاديه

وهكذا تصبح الدنيا بالنسبه للشخص الهيستيري جنه تستحق الحياه او نارا لا خلاص منها الا بالانتحار

والمهن التي تتناسب مع الشخصية الهيستريه يجب ان تكون بعيده عن التخطيط وعن الأعمال التقليديه

ان خير مهنه لمثل هذه الشخصيات هي المهن التي لها علاقه مباشره مع الجماهير مثل مهن التمثيل . والمسرح والصحافة ... والعلاقات العامة .

الشخصية الانطوائية :

فهي تتميز بالميل الى البعد عن الاختلاط مع الناس والرغبة في الهدوء ... مع الحساسية الزائدة . والخجل ... والجنوح الى الخيال اكثر من جنوحها الى الواقع مع الرغبة في التفكير الذي لا يؤدي الى تنفيذ ما تفكر فيه والاهتمام بقيم تضعها لنفسها . والمعيشة في تهاويل مستقبل مرموق

كما ان الانطوائي يكون غالبا متردد الى حدما ولا يصل الى قراراته بسهوله ... وعند مقابلة حالته الصحيه نجد انه موسوس الى ابعد حد .

والمشاكل الصغيره لا تمر عليه ببساطة او انه يضخمها حتى تصبح مصدرا للقلق ودائما ما يكبت الشخص الانطوائي عواطفه ولا يظهرها بحيث يظهر امام الناس في صورة الشخص البارد الذي لا يبالي بشيء

وكذلك نرى ان الانطوائي عكس الهيستيري

فالانطوائي لا يصلح لعمل يحتك فيه بالجماهير واغلب الاشخاص الانطوائية باحثون في المعامل ، فلاسفه من صوامعهم او مخططون سياسيون و الشخص الانطوائي لا يصلح للخطابة او التمثيل او الملاقات العامة لأنه ببساطة لن يستطيع أن يعبر عن ارائه او يعرضها عرضا شائقا على الناس

الشخصية الوسواسة :

أصحاب هذه الشخصية يتميزون بالنظام الشديد والدقة المتناهية من الأمور والمطالبة بالمثل العليا واحترام التقاليد وهم لايستطيعون ان يغيروا آرائهم متى وصلو الى قرار . اى انهم يميلون للصلابة في الرأى وعدم

المرونة فى معاملة النـاس ... وهم يميلون للروتيـن وان اختلف احد معهـم فى شيء من ذلك ثـاروا واتهموه بالاهمـال وانعدام الضمير ... وهم يحاسـبون انفسهم على اتفـه الأشياء ولا يكادون يخلدون الى الراحه حتى يبدأوا فى لوم انفسـهم ... ويعرض الواحد منهم أعمـال اليوم كشريط سينمائى ... ويستعيدها مرارا ليرى ان كان قد اخطـأ او أساء .

وتميل هذه الشخصية للتكرار والتأكد من كل عمل ... فيقرأ صاحبها الخطاب عدة مرات قبل ارساله ... ويتأكد من الانوار والأبواب قبـل النوم مرتين او ثلاث مرات ولا يحس بالراحة الا اذا نام بنفس الروتين كل صباح ... أى شرب الشاى ثم قراءة الجرائد ثم الحمـام ثم الافطـار ثم ارتداء الثياب وان اختلف شيء ثار على زوجته أو أولاده لانهم لم يحترموا نظامه وهو فى عمله يسير على نفس الوتيرة ولا يحيد اطلاقا عن النظـام الموضـوع .. ويلاحظ ان صـاحب الشخصيه الوسـواسة له اهتمـامه الزائد بنظـافة الملبس والمسكن وتجد ان ربطة عنقه ، الكرافتة ، مضبوطة على قميص نظيف ، منشى ، على الدوام ...

وان كانت صـاحبـه هذه الشخصـية سـيدة ... فانت تراها فى منزلها دائمه الشجار مع الشغالين حول النظافة .. وما اكثر ما يتركها الشغالون لأنهم لا يسـتطيعون تنفيذ طلباتها الملحة الزائدة ... وتكون مثل هذه السيدة الوسواسة كثيره الاحتكاك مع زوجهـا الذى لا يحترم النظافة ... وينفض السـجائر على الارض ... او يضع قميصـه على السرير بدلا من الشماعة .

ويميل أصحاب الشخصية للاهتمام بأجسـادهم ... واذا عانوا أى الم داوموا التردد على الأطبـاء لكل صـغيرة وكبيرة ....

وهم يهتمون بشرب عصير الطماطم والبرتقال بكثرة ٠٠ ويحرصون على ابتلاع أكبر قدر من المقويات والفيتامينات دون أن يفكروا في سؤال الطبيب عن مدى الفائدة التي يمكن أن تعود عليهم من ذلك ٠

كما أنهم يميلون الى القراءة في المسائل الطبية ولا شك أنهم من قراء كل ما ينزل الى الأسواق من كتب طبية ثقافية ٠

وينجح أصحاب هذه الشخصية في الاعمال التنفيذية والادارية ٠٠٠ فهم مديرون أو اداريون أو ماليون ممتازون وينجحون في القيام بالمشروعات الكبيرة وفي أعمال المكتبات والأرشيف والسكرتارية ٠٠٠

ولكن اذا زادت سمة الوسوسة على حد معين فان الانسان يصبح معرضا للقلق النفسي الشديد ٠٠ وللمرض النفسي المعروف باسم ٠٠٠

الوسواس القهرى ٠٠٠

الشخصية الدورية :

صاحب هذه الشخصية متفتح ٠٠٠ منبسط ٠٠٠ يحب الاختلاط بالناس ويهتم بالحاضر والواقع ٠٠٠ وهو سريع البديهة ٠٠٠ يتخذ قراراته بسرعة ٠٠٠ واذا تحمل مسئولية اى عمل قام به بحماسة وحرارة ٠٠٠ ولكنه للأسف معرض لنوبات من الاكتئاب ونوبات أخرى من المرح ٠٠٠

وهو يصبح خلال حالات الاكتئاب متشائما ينظر للحياة بمنظار أسود لا يهتم بمتع الدنيا ٠٠٠ ويزهد في كل من حوله ٠٠٠٠

أما خــلال نوبــات المرح فهو كثير الــكلام والنشــاط والمشروعات وعند تميــل الشخصــية الدورية لهــذا النوع من النوبات فتصبح الشخصية اكتئـابية سوداوية متشــائمة دائما ... أو تصبح شخصية مرحة بصــفاتها المتعددة من تفاؤل ونشــاط ويقظــة فى أكثر الأحوال ... وتكثر هذه الشخصية بين رجال الاعمــال والمشــتغلين وذوى المناصب الرئيسية ويلاحظ ذلك فى سلوكهم حيث تتناوب عليهم فترات الكسل وعدم الرغبة فى العمــل مع فترات أخرى يصبحون أثناءها شعلة من الحماســة والنشاط ...

الشخصية غير السوية :

هذه الشخصية تتميز بالســلبية ... والضعــف فى النشاط الجسمى والعقلى ... ولا تستطيع الاســتمرار أو المثابرة على نهج واحد لمدة طويلة وصاحبها دائم الشكوى من الضعف العــام وعدم القــدرة على التكيف مع المجتمع ... وينقصه كذلك الطموح فى حيــاته الثقــافية أو الاجتماعية أو العاطفية ...

وكثيرا ما يفشل هؤلاء فى الدراسة نظرا لعدم استطاعتهم تحمل المسئولية وهم دائمو التنقل من عمل الى عمل كما أنهم ازواج فاشلون ... الا اذا كانت الزوجة من النوع المسيطر فتنقلب الأوضاع ويصبح الزوج من ذوى الوظائف البسيطة الذين لا يطلبون من الحياة الا الطعام أو الشراب .

الشخصية البارنوية :

لهذه الشخصية طابعها الخاص ... وهو الشك فى كل من حولها والشكوى الدائمة من أنها لم تأخذ حقوقها كاملة وأن الناس لا تقدرها حق قدرها . وان المجتمع لا يعطيها حسب اللائق بها

وأن صاحبها لو كان قد سافر للخارج مثلا ـ لاستطاع أن يصل للقمة ... وصاحب هذه الشخصية يعتقد على الدوام أن زمـــلاءه وجيرانه يريدون الحـــاق الأذى به ... ولا يمكن اقناعه بسوء ظنه ...

واذا تكلم احد في الحجرة التي هو فيهـــا هامســـا ... فهذا يعني انه يتكلم عنـــه وان وجد أن زوجتـــه تتحـــدث في التليفون فانه يخطفه منها ليرى ان كان المتحدث معها رجلا او امرأة ... بل انه يترك عمله احيانا ليفاجيء زوجته بالمنزل ويرى ماذا تفعل ...

وهو دائم الشجار مع زوجته لأنها ابتسمت لفلان ... ن فلانا كان ينظر اليها بطريقة يفهم منها أنها على علاقة بــه .

وهذا النوع من الشخصيات يصبح غير مرغوب فيه في اى عمل ويحتاج الى علاج خاص لتقويم هذه الشخصـــية المعوجة .

الشخصية العدوانية :

وهذه الشخصـــية تتميز بالنقـــد الدائم لـــكل شيء ... ومحاولة هدم اى عمل دون أن تقوم باى عمل بناء ...

وصاحب هذه الشخصية كثير المهاجمة لكل من يعترض طريقه بالقول أو العمل .

الشخصية السيكوباتية :

وأخيرا ... جاء الدور على هذا النوع ...

وهي منتشرة بين نزلاء الســـجون والمتعطلين والمجرمين نظرا لأنها تتميز بالاندفاع الى العـــدوان وعـــدم التعلم من

التجربة وعدم استطاعة صاحبها مقاومة أي اغراء ... وثورته على تقاليد المجتمع بل وعلى كل شيء ...

وقد تنجح هذه الشخصية احيانا في ادوار قيادته نظراً لانانيتهـا المفرطة وطموحهـا المحطم لكل القيم والمعتبـات والتقاليد والصدمات في سبيل الوصـول الى ما يريد ...

وهو في سـبيل ذلك لا يحترم اى عاطفة ... وقـد يصبح متبلد الشعور لا يبالي بآلام الآخرين ...

واحيـانا تكون هذه الشخصـية من الذكاء والقـدرة والوسامة بحيث توقع الكثير من النسـاء في حبائلها ... وبعد أن يتزوج السيكوباتي ويأخذ كل اموالها ، زوجته ، يهجرها باولادها ... ويتزوج أخرى ... وهـكذا ... ولا مانع بعد ذلك من العودة الى الزوجة الاولى وتقبيل أقدامها وسؤالها المغفرة وأنه لن يعود ثانيـا الى ما فعل ... ولكنـه سرعان ما يعود لطبيعته دون وازع .

ونجـد دائمـا في تاريخ صـاحب هذه الشخصـية السيكوباتية منذ الطفولة بعض الأعراض التي تشـير الى هذه الشخصـية مثل الكـذب والسرقة والاغتصـاب ... والانحراف والجنس ... والادمان ...

وكما قلت سابقا ينتهي معظمهم الى السجون وخطورة صاحب هذه الشخصـية انه يبدو عليـه الصـدق والأمانة والحرارة والحماسة حين يتكلم فيخدع أي فرد امامه ويسهل عليه أن يتصيد فريسته على الدوام .

كانت هذه لقطات عن بعض من الشخصـيات يسـتطيع الفرد من تأملها ان يهيىء نفسه للمستقبل المناسب .

ان السبب الرئيسي لفشل الزواج مثلا هو عدم توافق الشخصية .... فاذا تزوج شخص انطوائي او موسوس من شخصية هيستيرية او دورية فلن يحدث بالطبع اي تفاهم بينهما مما يؤدي الى تدهور العلاقات ... كذلك الفشل الدراسي تختفي وراءه نفس الاسباب ... فان الكثيرين من الحاصلين على الثانوية العامة بمجموع كبير في الدرجات يدخلون كلية الطب ... والهندسة ... والاقتصاد ... ثم يكتشفون بعد دخولهم هذه الكليات انهم لا يستطيعون الاستمرار فيها فيتكرر رسوبهم .

ويمكننا ان نلخص الصفات الاساسية لكل شخصية :

الهيستيري : الدنيا .. جنة تستحق الحياة ... او نار تحتم الانتحار .

الانطوائي : متردد ... خجول ... يعيش بخياله في المستقبل .

الموسوس : صلابة في الراي ومحاسبة النفس على اتفه الاشياء .

الدوري : فترات من الكسل ... بعدها فترة من العمل الكثير .

العدواني : النقد الدائم ... ومحاولة هدم كل شيء .

السيكوباتي : الاندفاع وعدم التعلم من التجربة .

الشخصية البارونية : الشك في كل من حوله ... ولا يمكن اقناعه بسوء ظنه .

والآن اعرف شخصيتك ... ولتختر الطريق الذي يناسبها ... حتى تنجح في دراستك ومستقبلك وزواجك

* * *

لماذا رسب ابنك ... ؟ !

هل من الممكن ان اراجع ورقة اجابة ابنى ؟

سؤال يمكن ان تسمعه فى بيوت كثيرة بعد ان ظهرت نتيجه الامتحان ... وكانت المفاجاة ... الرسوب !

ان الاب لا يمكن أن يتصور ذلك ... اذ كيف يرسب ابنه الذى يجلس أمام الكتاب تسع ساعات يوميا ... ومن اول ايام العام الدراسى ؟! لقد قام ابنـــه بكل المطلوب منه ... وليس من المعقول أن يرسب بعد هذه الســاعات الطويلة من المذاكرة ...

وعلى هذا الاساس يعتقد الأب أن هناك خطأ ما فى تصحيح أوراق اجابة ابنه عن أسئلة الامتحان ... ويجب اكتشاف هذا الخطأ ... وتصحيحه !

وقد نجد أننا امام طالب تكرر رسوبه فى الامتحان ... أو نسمع قصة طالبة كانت دائما متفوقة ثم رسبت فجأة فى جميع العلوم ... او هذا الطالب الذى يفشــل هذا العام فى دراسته باحدى الكليات فيجرب حظه فى العام التــالى فى كلية اخرى فيتكرر فشله فيحاول ان يلتحق بكلية ثالثة ... لقد ... ينجح .. !

وقد نسمع صورة اخرى من القصص ... فالحكايات هذه المرة أبطالها ... اطفال صغار فى اول طريق الدراسة ...

هنــــاك حكـــاية الطفــل الذى يزوره كل يوم المدرس الخصــوصى فى البيت ... ومــع ذلك رســب فى امتحـــان الاعدادية .. !

وليس من الغريب ان يتسكلم الاب ويتعجب لأن طفلــه يذهب الى المدرسة منذ خمس سنوات ومع ذلك فانه بالكاد يقرأ اسمه !

والحكايات التي يمكن أن نسمعها في هذا المجال كثيرة ••• ومتنوعه !

والنصائح التي يمكن ان تقال بعد سماع هذه القصص كثيرة ايضا ••• ومتنوعه ، بل وهي دائما متعارضه •

والآن اقدم لكل أب ••• ولكل أم هذه الملاحظات ••• وأملي كبير في ان تكون عونا لهم قبل تتخذ اى قرار بعد ان يرسب احد أولادهم •

ما رأيك في ذكاء ابنك ؟

سؤال يمكن ان اعرف مضمون الاجابة عنه مهما اختلفت الفاظ وعبارات الرد عليه •

فقد يفشل الطالب في الدراسة ••• ويتأكد هذا الفشل ولكن غالبا تسمع اجابة الأب :

الولد ذكي ••• ولكنه يلعب كثيرا وهذا سر فشله !

بل قد يؤكد الاب رأيه فيقول : انه ذكي ••• مثلي تماما •• !!

وهكذا يدافع الابوان — غالبا — عن ذكاء الابن ••• فمن النادر ان نجد الأب الذي يمكن ان يقتنع بذكاء الابن ••• المحدود •

صحيح ان الذكاء استعداد وراثي ••• ولكنه لا يعني انه ما دام الأب ذكيا أن ينجب اطفالا اذكياء مثله !

فالذكاء استعداد يولد به الطفل ••• ثم يكتسب عليه المعرفة والعلم • والذكاء يلعب دورا اساسيا في تحديد مقدرة الطالب على الاستيعاب والاستذكار وفي الأطفال يقاس الذكاء بالقدرة المبكرة على الكلام ••• فهذا الطفل ذكي لانه

التقط بعض الكلمات التي ترددها امه امامه ... وهو ذكى لانه استطاع ان يتحكم مبكرا فى قدرته على التبول والتبرز .

وتمر الأيام ... ويكبر الطفل ... ويدخل المدرسة ...

وقد نقابل هذا الطفل الذى يعطينا بتصرفاته المنزلية الاحساس بانه عادى الذكاء ولكن يجب ان نعرف هذه الحقيقة :

هذا القدر من الذكاء ليس كافيا لاتمام النجاح فى المدرسة ، فالطالب الذى نحكم على تصرفاته المنزلية بالذكاء ... يمكن ان يكون مستواه فى الدراسة ... اقل من المتوسط ... وتحت تأثير ايمان الأبوين الخاطىء بقدرة الابن ... تبدأ الجهود فى صورة دروس خصوصية ... لدفعه الى النجاح ... دفعا .. !

فالأب يعتقد ان ابنه مهمل ... ولذلك يرسب ، وبينما الواقع أن الابن غير قادر على الاستيعاب .. وهذا هو سبب رسوبه ...

ويبدأ ضغط الابوين : حرمان من أشياء كثيرة ... اهانات ... دروس خصوصية ... ومع ذلك يرسب الطالب ... وأمام اصرار لأبوين يعيد الدخول فى الامتحان ... ويتكرر رسوبه !

والنتيجة هنا : الاضطراب النفسى الذى يصيب الطالب ... والتصرف الطبيعى هنا ان يبدأ الآباء بعمل مقياس ذكاء للطالب ... اذ انه ما دامت كل امكانيات الدراسة متوفرة للطالب ، فيجب أن يتأكد من مدى استعداده لتكملة هذا النوع من الدراسة فقد يكون الطالب متمتعا بقدر من الذكاء يعطيه القدرة على النجاح فى الدراسة حتى مستوى

الشهادة الاعدادية ... ولكن نفس هذا القدر لا ييسر له النجاح في الثانوية ... فاذا تأكد له ذلك يجب عدم الاصرار على اتمام الدراسة الثانوية .. فالتفكير العملي هو توجيه الطالب الى اتجاه يتفق مع قدراته .

ولكن .....

هناك الشاب الذكي ... القادر على الفهم ... ولكنه دائم الرسوب في الامتحان ... وعندما تناقشه تعرف ان مشكلته هي عدم قدرته على التركيز ... فهو يجلس الساعات الطوال امام الكتاب دون ان يقدر على استيعاب كلمة واحدة ! وفي مثل هذه الحالة يجب ان نبحث وندرس حالة الطالب ... فهناك اسباب كثيرة قد يؤدي واحد منها الى الوصول بالطالب الى هذه الحالة المؤسفة :

- أول هذه العوامل النفسية الاجتماعية ... فالنزاع الدائم بين الأم والأب ... او بين الاخوة ... او الازمات المالية المستمرة ... كل هذه العوامل تجعل الطالب في حيرة من أمر مستقبله ... واستقراره .

نفس هذه النتيجة قد تحدث عندما تعيش الاسرة في فوضى ... ضجيج ... عدم احساس بوجود كيان للاسرة ... أو حتى وجود مريض في البيت يصحب شفاؤه ويجمع حول مشكلته كل اهتمام الاسرة .. وكل ما لها !

وكذلك ... الاقامة في ظروف صحية غير مناسبة ... بيت بارد جدا ... او حار جدا ... حجرة لا تعرف التهوية ... واشيا كثيرة من هذا النوع تنتهي الى احساس الطالب بعدم الاستقرار النفسي والانفعالي ... ومن المؤكد ان هذا يؤثر بالتالي على درجة انتباهه وقدرته على التحصيل الدراسي .

- كذلك ... هناك العامل الثاني ... صحة الطالب الجسمية ... فكثير من الامراض العضوية يؤثر على درجه انتباه الفرد وقدرته على التحصيل العلمي ... فمن الواضح ان المرض الذى يؤدى الى الاحساس بالارهاق لابد ، وان يقف عقبه أمام القدرة على استيعاب أي مادة علمية .. كذلك الارق .. ويمكن ان نتصور هذا الطالب المريض الذى يظل الليل بطوله بلا نوم ... هل يمكن ان يستذكر كلمة واحدة بعد ليل طويل من الألم ؟ !

والطبيب وحده يستطيع ان يضع يده على الحالة المرضية التى تقف فى طريق التحصيل العلمى للطالب ... وهو ايضا يستطيع ان يرسم طريق العلاج ...

- والآن جاء دور الحديث عن الأسباب النفسية البحتة التى يمكن ان تبعد ابنك عن النجاح فى حياته الدراسية .

- لعل احلام اليقظة من اكثر الاسباب فى فشل الطالب ... انها تمتص كل طاقته ... وتنقله من عالم الواقع الى عالم الخيال .

ان ساعات وساعات تضيع منه يوميا ... وهو فى متاهات لا نهاية لها ... ولا يستطيع ان يخرج منها ليقرا كلمة واحدة !!

ولكن ... ماذا وراء هذا الفيض الهائل من الأحلام ؟

الواقع ان هذه الاحلام المبالغ فيهما تنبع من شعور بالنقص ... اما فى القدرة الجسمية ... أو العقلية ... او حتى الجنسية ! .. او المادية ..

وهنا يتم تعويض هذا النقص عن طريق الالتجاء الى احلام اليقظة ... بعد احلام اليقظة هناك ... التأمل الذاتى المستمر ... مع محاسبة الفرد لنفسه فى كل تصرفاته ... ان ذلك يؤدى الى تشتت كامل للانتباه ومعنى ذلك ... لا مذاكره

ويصاحب ذلك حساسية مفرطة للمؤثرات الخارجية بحيث يصبح الطالب فريسة سهلة لأفكار تدور حول نفسه ... كيف يمكن أن يذاكر وهو على هذا الحال ؟! أكثر من ذلك ... قد ينزلق الطالب من هذا الاحساس الى العادة السرية ... وعندما يرسب الطالب قد يظن ان الرسوب نتج مباشرة عن العادة السرية ... والواقع أن وراء الانقياد الى العادة السرية نقطة ضعف أخرى ... تمثل حالة نفسية ... اذا تم علاجها فسيعرف الطالب طريقه الى الكتاب ... وسيعرف معنى النجاح ... أما العادة السرية هنا فهي الشماعة التى يعلق عليها البعض اسباب الفشل الدراسى .

ثم هناك اضطراب الشخصية ... اذ نجد الشاب منحرفا من بداية حياته يميل الى الكذب والسرقة ... و « الزوغان » من المدرسة ... لا مانع عنده من التدخين وهو فى مطلع حياته ... بل قد يجرب المخدرات ...

ونجد أنه من هذا النوع الذى يجرى وراء ملذاته دون ان يضع اى حساب لعواقب ذلك او مضاعفاته ... فهو لا يبالى بشىء ... ولا يضع أى اعتبار لوضع العائلة ... بل لا يهتم بما يقوله الناس ... ولا مانع عنده من استغلال اى فرد سواء كان من أسرته او خارجها ليحصل على المال الذى يوفر له ملذاته .

وهو فى الغالب يميل الى الغش ... والمغامرات النسائية العابثة ... وعادة يصعب تقويم هذه الشخصية التى تنتهى غالبا الى عدم الاستمرار فى الدراسة .

ـ والآن جاء دور الكلام عن الأمراض النفسية أو الأمراض العقلية ودورها فى فشل الطالب دراسيا ...

مثلا ... الطالب المصاب بمرض الوسواس القهرى ... انه يقوم بعمل شىء وهو يعلم جيدا انه خطأ ... ومع ذلك

لا يتوقف عن هذا العمل ، بل ينخمس فيه بحيث يسيطر على كل تفكيره ويبعده تماما عن استذكار دروسه .

ومن صور مرض الوسواس القهرى أن نرى هذا الطالب الذى يستمر بالساعات يرتب الكتب وينظمها ويعيد وضع الكراسى ... وبعد أن ينتهى من كل ذلك يكون قد شعر بالتعب والانهاك فلا يقدر على قراءة أى شىء !

صورة أخرى للوسواس القهرى ... اننا قد نلتقى بهذا الطالب الذى يعيش من اجل مناقشة فكرة مثل وجود الله .... أو ماهية الكون ... والبعث ... ويستمر فى التفكير بحيث لا يجد وقتا لفتح كتاب !

كذلك قد نسمع عن الطالبة التى تفكر دائما فى الميكروبات وتحاول أن تقاومها حتى لا تصب بالأمراض ... وهكذا تستمر فى تطهير نفسها بالغسيل المتكرر واستعمال مختلف أنواع المطهرات ... وينتهى بها الأمر بأن تشعر بالارهاق النفسى والجسمى ... ولا تصبح قادرة على مذاكرة أى درس من الدروس !

وهناك ايضا ذلك الشخص الذى يتصور انه قد يخلع كل ملابسه ويقف عاريا فى الطريق العام ...

ان هذا الاحساس يجعله يفكر دائما فى مقاومة تنفيذ هذه الفكرة ... وهذا بالطبع يشغله ... ويعطله !!

كل هؤلاء يعانون من مرض الوسواس القهرى ... وكلهم فى حاجة الى معونة طبية ونفسية ... لأن هذه الوساوس تبتلع كل افكارهم ... وتسلبهم ارادتهم ... ويصبحون فى النهاية فريسة للاوهام ... بحيث يفقدون القدرة على الاستذكار .

وهناك ايضا مرض الفصام ... انه من ضمن الأسباب التي تؤدى الى الرسوب المتكرر فى الامتحان ...

انه يبدأ ببطء بحيث لا يلاحظه احد ... وفي هذه الحالة تجد ان الطالب يجلس ساعات امام المكتب الا انه لا يستطيع استيعاب ما يقرأ .

وعادة يقول مثل هذا الطالب انه لا يفهم ما يقرأ ... او انه لا يستطيع التركيز ... وبتكرار رسوبه فى الامتحان يبدأ فى الانطواء والانعزال واهمال ذاته ... وقد يبدا افراد اسرته فى اهانته وصب اللعنات عليـه نظرا لفشـله المتكرر .... ويسمع ان اخاه الأصغر قد سبقه فى الدراسة ... وانه لا يصح ان يكون فردا فاشلا فى اسرة ناجحة .

والواقع انهم يظلمون هذا الشـاب ... فهو بالفعـل مريض ... ومرضه يمنعـه من فهم ما يقرأ ... فالتفـكير عملية معقدة تحتـاج الى وضـوح وسلامة فى عدة مراكز بالمخ ....

وعند الاصابة بهذا المرض تضطرب هذه المراكز فى اداء وظيفتها ... وتصبح قدرة هذا الطالب اقل من ان توصله الى النجاح .

واحيانا يشعر الطالب المريض بالفصام بانه مضطهد .. وانه ضحية مؤامرة هى فى الواقع مؤامرة وهمية لا توجد الا فى خياله .. بل ان هنـاك من يسـمع أصواتا تسـبه وتلعنه ....

ومن المؤكـد ان مثـل هذا الطـالب تحت هذه الظروف لا يستطيع ان يذاكر ... ولا كلمة واحدة .... !

وبعد ذلك نصل الى حالات القلق النفسى والاكتئاب ...

ان هذه الحالات تؤدى الى صـعوبة التركيز ... بل ويعانى ضحيتها من النسيان المستمر ... والارق ... وفقدان

الشـهية للطعـام ... مع عدم الميل الى الاختلاط بالناس او الاستماع للموسـيقى ... او مشـاهدة التليفزيون بل وعدم الاهتمام بالمظهر والنظافة !

والنتيجة ... الانعزال عن المجتمع ... وعدم الرغبة فى النجاح ... مع التقليل من قيمة الذات ... فنسمع الطالب المريض وهو يؤكد انه لا يستحق النجاح .... بل ويؤكد انه غبى ... !

بل ويؤمن انه لا يســـتحق الحيـــاة فلا مكان له بين الناس ... !!

والعلاج هنا يجب ان يوقف زحف المرض المستمر على هذا الطالب المريض ... حيث يعود اليه نشاطه ...

أما عن العقاب والتعذيب ... فلا نتيجة من ورائهما ٠

وقد نلتقى بهـــذا النوع من الطلاب ... شخص كثير الـكلام دائم المرح والتهريج ... غير مترابط التفـكير ... وان كان حاد الذكاء ... سريع البديهة ... مع احســـاس بالعظمة والغرور ... وتتسارع افكاره الكثيرة .. بحيث انه لا يستطيع التركيز على اى موضوع ...

انها حالة تؤدى الى الفشل فى الدراسة ... ولكن فى نفس الوقت يجب أن ندرك انها حالة مرضية فى حاجة الى علاج ...

واخيرا نصل الى ... الحب ... !

ان هذه القصص الغراميـة التى نسـمعها فى الوســط الطلابى قد تؤدى الى الفشل فى الدراسة ... ولكن فى نفس الوقت قد تكون دافعا ... الى النجاح !

فالطالب يجب أن يكون فى مظهر المتفوق أمام حبيبته ٠

ولكن فى بعض قصص الحب ترتبك احوال العاشق ... فيعجز عن التحصيل ... ويرسب فى الامتحان !

وهنا تظهر أهمية نضج شركيته في الحب ... فهي قادرة على دفعه الى النجاح ...

ولكن يجب أن نلاحظ هذا الموقف ... قد تكون المشاكل العاطفية وسيلة للهروب من الواقع ... وطريق لتغطية ضعف الشخصية .

والآن ... هل رسب ابنك في الامتحان ؟

هل تكرر فشل ابنك في الدراسة ؟

اذا حدث ذلك ففكر بهدوء ... وبلا انفعال ...

وابحث عن اول الطريق الذى انتهى بأولادك الى الرسوب ... حاول ان تدرس عن قرب حياة ابنك .

لا تستخف بما يقوله ... وحاول أن تفهم مشاكله النفسية والعقلية ... والجسمية بل والعاطفية ...

ومن المؤكد انك ستجد هناك سببا ما ... وما دام السبب قد أصبح معروفا فالحل يكون قريبا ... والنجاح يمكن الوصول اليه .

ومن الضرورى أن أقول هذه الكلمات لكل أب أو أم اذا رسب ابنك او ابنتك فليس معنى ذلك نهاية الكون .

فالأمل مستمر مع الحياة ... وكم من شخص لم ونجح فى الحياة بعد تكرار فشله لقد عرف اين الخطأ ... ولختار الطريق الصحيح .

وعلى هذا الأساس قد يكون الرسوب نقطة تحول الى نجاح كبير ... اذا حدث هذا التوافق بين قدرة الطالب وبين الطريق الذى يسير فيه ... ثم ازيلت من هذا الطريق كل العقبات ... او حتى اغلبها ... أصبح النجاح فى متناول يده ... باذن الله .

مرض اسمه الثانوية العامة ... !!

الصداع مبرح ... لا يرحم !

الدوخة ... والزغللة ... والغشاوة امام العين ... الهمدان ... والوخم ... وتنميل في الأطراف مع برودتها ... ! انها اعراض معروفة ... وتنتشر بكثرة بين طلاب الثانوية العامة ، وتزيد حدتها وانتشارها كلما اقترب موعد الامتحان !

وكثيرا ما تشتد هذه الاعراض كلما واجهت العين الكتاب المفتوح ... ويحاول الأب ... من الممكن ان تكون النظارة الطبية غير مناسبة ... ومع استعمال النظارة الجديدة يستمر الصداع ... والزغللة ... والهمدان ...

ويشير البعض بعمل التحاليل ... واشعة على شرايين المخ بالصبغة ويواجه الجميع النتائج التي تقول : لا مرض !

ومع ذلك فالصداع مستمر ... ومعه الزغللة ... والهمدان !

ويعيش الجميع في دوامة الحزن ... الطبيب يقول ان الابن سليم من الامراض ... وامكانيات البيت كلها تحت أمر الطالب ... والدروس الخصوصية مستمرة ...

وهنا قد يرتفع صوت ويقول :

ايها الطبيب أنت عاجز عن كشف سر المرض !

والواقع ان المشكلة كلها لا تحتاج الى تحاليل او كشوف ... وسر المرض واضح ... انه ببساطة « باب الهروب » من المسئولية التي يعجز الابن عن تحملها ... فهو هنا يجد ـ بلا وعي وبدون قصد ـ المخرج الذي يحميه من عذاب

الرسوب في الامتحان ... أو الحصول على مجموع منخفض .

ان أحسن عذر في مثل هذا الموقف هو : المرض !

وهنا يكون المرض لغزا يحير أمهر الأطباء :

انه مرض الثانوية العامة .... !

وقد تبدأ المشكلة مع الأبناء بعد أولى ثانوى ... هنا يختار الطالب : علمي ... أو أدبي وهنا قد تكون القدرات والرغبة « أدبي » ... ولكن يكون الاختيار « علمي » ! والسر في ذلك الرغبة في لقب مهندس ... أو دكتور .. أو تكون رغبة الأب .. ومن أجل ذلك قد يدخل معركة مع الابن حتى يرفض فكرة « الادبي » ... ويتجه الى « العلمي » الذى يحقق أحلام والده !

ويصطدم الابن المسكين بالرياضيات التي لا يحبها ..! ويبدأ في التعثر . وهنا يجب أن أوضح لكل الآباء معادلة النجاح البسيطة :

النجاح = القدرة على الاستيعاب + القدرة على التركيز .

- والقدرة على الاستيعاب ... يمكن أن نسميها « الذكاء » ... وهى شيء يولد به الطفل ... ويحكم عدة عوامل وراثية ومكتسبة ، يتم تنمية هذه الملكة .

ولا يمكن قياس الذكاء بما يبديه الابن من تصرفات في حياته العادية ... فقد يكون الولد نشيطا ... لطيفا ... مسليا ... ولكنه مع كل ذلك يكون محدود الذكاء .

وفى نفس الوقت قد نلتقى بالطفل الهادىء الذى يميل الى الانطواء ولكنه شعلة من الذكاء ... خاصة فى قدرته على استيعاب الرياضيات ٠

ـ والقدرة على التركيز تكون حصيلة :

نفسية سليمة + جسم سليم ٠٠ !

فليس المهم عدد الساعات التى يجلس فيها الطالب امام كتابه ٠٠ ولكن العبرة بالتركيز خلال هذه الساعات ٠

فكم من تلميذ ينهل من الحياة ٠٠٠ ومن لهوها البرىء ٠٠٠ وفى نفس الوقت يقضى ساعات قليلة فى الاستذكار ٠٠ ثم ينجح يتفوق !

وعلى العكس ٠٠٠ هناك التلميذ الذى يضيع احلى سنوات عمره فى غرفة مغلقة والكتاب بين يديه ٠٠٠ ولكنه لا ينجح ٠٠ فبينه وبين الكتاب سد لا ينفذ منه الا معلومات قليلة ٠٠ جدا !!

والصحة المعتلة من اهم اسباب ضعف التركيز ٠٠٠

والصحة المعتلة قد تكون بسبب مرض فى عضو من الاعضاء ، ولكن السبب ايضا قد يكون ـ او غالبا يكون ـ نتيجة لنقص فى الغذاء ٠٠٠ او افراط فى المادة السكرية ٠٠ او ارهاق ٠٠٠ او عدم نوم ٠

وكذلك البيئة المنزلية غير المستقرة ٠٠٠ المليئة بالمشاحنات العائلية ٠٠ انها تورث الابن نوعا من الحيرة ٠٠٠

وهذه الحيرة توهن الطاقات وتشتت الفكر ٠٠٠ وتمنع العقل من التركيز ٠

اما عدم الثقة بالنفس ٠٠٠ فانه يضعف القدرة على التحصيل ٠٠٠ وعلى التركيز ٠٠٠ وهكذا يمكن ان تكون وراء

هذه الصورة المبالغ فيها للثانوية العسامة التى تتحول الى كابوس مخيف مزعج !

انه من الارهاب النفسى الملح ... الذى يدق على اعصاب التلميذ فى البيت ... فى المدرسة ... وفى الشارع .

ويصبح المجموع بالنسبة للطالب هو « كلمة السر » التى يصعب الحصول والوصول اليها ... والتى بهسا يمكن ان يمر فى أسوار كليه الهندسة أو الطب العالية ... العزيزة !

ويتحول ايضا المجموع الى المفتاح السحرى للمستقبل السعيد ... وهذا بالطبع خطأ كبير ...

فقد يسمح المجموع للطالب بدخول احدى الكليات .. ... ولكن هل يضمن هذا المجموع باستمرار النجاح والتفوق لنفس هذا الطالب خلال سنوات الدراسة فى هذه الكلية ؟

وحتى اذ نجح الطالب وتخرج من الكلية التى دخلها بهذا المجموع ... هل يمكن أن يضمن النجاح فى حياته العملية ؟ ..

انه شىء غير سليم بالمرة أن يعتمد الاب على مجموع الطالب فى الثانوية العامة لتحديد مستقبله ... فالأفضل ان يبحث الطالب بصدق عن المعهد الذى يتفق مع ميوله واستعداده ... وعلى هذا الأساس يمكن ان يحدد خط سير تعليمه الجامعى .

والآن ... قد يخاف الطالب عموما من عدم النجاح ... اما فى الثانوية العامة ... فان الخوف يكون من عدم حصول الطالب على مجموع مرتفع .

وعلى هذا ... فان الطالب الذى ينجح بلا مجموع يتساوى مع الطالب الذى رسب بالفعل ..

وهكذا تتحدد ملامح الصور القاتمة أمام بعض الطلاب ... ويترتب على ذلك :

● ان تختفى الاحلام الواسعة من حياة الشباب ... فلا تطلع ... ولا أمل .. ولكن يأس قاتم !

● الاحساس بالعجز والقصور امام من سبقه ونجح فى امتحان الثانوية العامة ... وحصل على مجموع لدخول كلية معينة .

● خيبة الأمل ... التى يخاف الطالب من رؤيتها على وجوه أفراد أسرته التى تنتظر نجاحه .

هذه العوامل يمكن ان تهز بعنف كيان التلميذ المسكين ... وهكذا يتأكد فى داخله الاحساس بأنه لن ينجح .. ولن يحصل على مجموع كبير ... والنتيجة : الانهيار النفسى !!

وقد يزيد الحالة تعقيدا بعض الظروف الخاصة :

مثلا ... الطالب الذى يتعود على الاهتمام الزائد به .... ان زيادة الاهتمام كثيرا ما تأتى بنتيجة مضادة ... فهذا تلميذ تعود من أمه على البقاء معه والسهر بجانبه طوال حياته المدرسية ... ويصل الى « الثانوية » وقد تعجز الأم عن متابعة المسيرة ... اما لأن معلوماتها اقل من المستوى المطلوب ... أو لأن مسئوليات الحياة تمنعها .

وهكذا لا تتفرغ لابنها كما تعودت فى السنوات السابقة ... وهذا بالطبع يهز اعصابه ... خاصة وانه لا يستطيع الوقوف وحده أمام العاصفة الا وهى عاصفة الثانوية العامة !

وهناك هذا الاهتمام الزائد الذى يبدأ من فصل الصيف ... قبل بداية العام الدراسى ... حيث تبدأ الدروس

الخصوصية استعدادا للثانوية العامة ••• قبل ان يبدأ العام •••والنتيجة ••• عدم اتاحة الفرصة للتلميذ ليستريح ••• وهكذا يمكن ان يصاب بالارهاق من اول العام الدراسى •

وهناك ايضا الحرمان الذى قد يتعرض له الطالب من العطف والتشجيع ••• وهذا غذاء لروح المثابرة والقدرة على الكفاح ، مما يكون السبب المباشر للفشل فى الثانوية العامة •

والكلام الذى يوجه فى هذا المجال للآباء الذين يعتبرون نشازا لأن عليهم واجبا مقدسا ، من يقصر فى ادائه فهو غير طبيعى ••• غير انسان ، ولكنى اوجه حديثى للمعلم •

ودور المعلم لا يقتصر على التحريض والتدريس باخلاص بل يجب ان يتعداه الى الرعاية النفسية للتلميذ •

وقد تكون لكلمة « برافو » فعل السحر فى شد أزر التلميذ وتنشيط قدراته ••• حتى وان كانت محدودة ••• والمعلم الذى ينقد تلميذه بطريقة جارحة ، كأن يردد فى مرات متكرر « انت فاشل » ، « وانت لن تفلح » قد أجرم فى حق هذا التلميذ لأنه يوهن قدراته •••

ان واجب المعلم ان يأخذ بيد التلميذ الضعيف حتى يقوى عوده ••• وكم من تلميذ بدء متخلفا فى اول العام الدراسى ••• ثم لم يلبث أن فاق الجميع فى آخر العام • وانا لا اصدق ما يقال أن المدرسين يظهرون الطالب بأنه ضعيف ميئوس منه فى اول العام الدراسى حتى يسعى اليهم ليأخذ دروسا خصوصية وان كان هناك من يفعل هذا فهو نسبة قليلة لا توضع فى الاعتبار •

ان رسالة المعلم اقدس من أن يدنسها بعض المنحرفين •

● الانصراف الكامل عن الحياة ومباهجها ، فالامتحان يطغى على كل شىء ••• حتى على احاديث الحب والزواج عند

البنات ، وحتى على أفلام « للكبار فقط » عند الصبيان ...
كل الوقت للاستذكار ولا وقت للحياة وقد تنتصر الارادة وتكلل التضحيات بالنجاح ...

ولكن كثيرا ما تنهار الأعصاب ...

ان على طالب الثانوية العامة ان يعطي بعض الوقت لقيصر .. فلا يسجن نفسه في حجرة مغلقة الشهور الطوال فيقع فريسة صراع يؤدى الى سرحان فيما وراء الجدران من مباهج الدنيا يزينها الحرمان ويغذى خيالها عنفوان هذا السن .

وذلك التلميذ الذى يعطى كل شيء لقيصر يجرى وراء اللذات وما يتبعها من احلام اليقظة تحل عليه حينما يفرض عليه الجلوس الى الكتاب ... فلا تترك له دقائق يعود فيها من عالم الخيال الى الواقع الى الكتاب الذى أمامه .

لكن ما هو الطريق الى العلاج ؟

والعلاج يبدأ بدراسة نفسية التلميذ حتى يمكن تجنب القلة التى تشكو فعلا من مرض نفسي يحتاج الى طبيب نفسي ...

بين هذه القلة نجد من يشكو من القلق واعراض لا تختلف عن تلك التى ذكرتها ، فمرض الثانوية العامة فى الواقع نوع من القلق ، ولكن ليس من النوع المتأصل فى المريض أى أنه قلق فرضته الظروف التى عرضتها وعلاجه لا يحتاج الى طبيب نفسي ، ولكن الى اقناع وطمانينة .

وقد يكون المرض . (**الاكتئاب) وما يصاحبه من الانطواء** والانعزال وقلة الأكل وقلة النوم ... وقد تدفع التلميذ الى مرافقة الكتاب ليل نهار ...

ولكن هيهات أن يستوعب شيئا فان طاقة التركيز تكون في أغلب الحالات مشلولة تماما ٠

وقد يكون المرض (الوسـواس) وهو التخوف الزائد او التخوف بلا أساس من المشـاكل اليومية التي يتعرض لها الانسان ٠٠٠ وأخطر أنواع الوسواس هو الوسواس القهرى وهو اخذ فعل معقد لدرء خطر تصورى أو لمقاومة رغبة ملحة مشينة ٠

ومن امثلته الشائعة التخوف من الميكروبات فيقوم المريض بغسل نفسه مرارا واستعمال المطهرات وتحاشي لمس الأشياء، حتى اليدين عند السلام ٠ وهذا الوسواس يبتلع كل الأفكار ولا يعترف بالمفهوم أو المنطق وبذا يشعر المريض بعجز كامل

ومن خطورة الوسواس الفصام والشعور بالاضطهاد وهي امراض عقلية يجب اكتشـافها مبكرا لتبـقى على بعض من الأمل في شفائها ٠

واذا جنبنا هذه الحالات وهي كما ذكرت قلة كان العلاج سهلا نسبيا ٠

● توطيد الثقة بالنفس وكثيرا ما يهزها الشعور بالعجز عن انهاء كل المقرر لقصر الأيام الباقية على الامتحان أو وجود نواح عاطفية أو مشاكل في الأسرة ٠٠٠

وعلى حكيم الأسرة ارساء الثقة وحكيم الأسرة قد يكون فردا من افرادها او صديقا او طبيبا للعائلة له قدرة الاقتنـاع وتقاليدنا السمحة بها مادة غزيرة تساعده في أداء هذه المهمة الانسانية ٠

وبالنسبة للذاكرة هناك سؤال هام وهو :

لماذا تضعف الذاكرة في الشهور السابقة على امتحان الثانوية العامة بالذات ؟ .

الذاكرة بخير عند غالبية الطلبة ... وقد درج كثير من الطلبة على اختبار معلوماتهم ويكتشف الطالب انه نسى أكثر المعلومات ...

لمثل هذا الطالب اتوجه بنصيحة مجربة :

ذاكر ... وذاكر ولا تختبر نفسك وعند الامتحان ستكرم ... جو الامتحان يفرض نوعا من التنبيه العالى يدفع بالمعلومات المخزونة للخروج :

انا لا افكر أن الذاكرة ، أي الطاقة على استيعاب المعلومات وتخزينها ، محدودة ... فلا يمكنها أن تقبل شحنة عالية من المعلومات انه التفاوت الطبيعي فى القدرات الذهنية ...

وهنا يجيء الحديث عن تنشيط الذاكرة ونسمع عن فوائد فيتامين ب ٦ . ومشتقاته وعن حمض الجلوتاميك ...

حقيقة ان هذه المواد تدخل فى عملية التمثيل فى المخ ولكن الكميات اللازمة للجسم لا تحتاج الى مصدر من الخارج ... ولا الزيادة فى كمياتها تزيد نشاط المخ وتقوى الذاكرة ...

انها لا تفيد ولكنها ايضا لا تضر ... اما الأدوية المنشطة كمشتقات الامفيتامين فهى حقيقة تساعد على السهر وتعطى الجسم المنهك قدرة على الاستمرار فى العمل ... ولكن ـ وهنا ولكن كبيرة ـ اضرارها بالغة !!

أولا : الجسم المنهك كالحصان المتعب لا يجدد طاقته الكرباج والكرباج سيدفعك لساعات ولكنه سيكبو وكبوته بعدها خطيرة ...

ثانيا : النشاط الذى تبعثه هذه الادوية فى الجسم يصحبه توتر الأعصاب وبذا لا تتيح للمخ الهدوء اللازم لاستيعاب المعلومات ومن جربها يؤكد أن ما استذكره وهو تحت تأثيرها سرعان ما يطير من الذاكرة .

ثالثا : أن هذه الأدوية تسبب نوعا من الاعتماد او الادمان ، ومن يدمنها يصبح معتل النفسية ... واذا ما قرر المدمن الاقلاع عنها .. وهذا نادر الحصول لأن المدمن ضعيف الارادة بطبعه - فقد يصاب باعراض عنيفة قد تمتد لأسابيع طويلة .

والآن ما لنا بد الا أن نواجه هذا السؤال !

هل هناك وسيلة لتقوية الذاكرة ؟

أو بمعنى آخر كيف نقوى الذاكرة ؟

● أعطى ما لقيصر لقيصر وما لله .. لله ...

فلتكن هناك فترات راحة بين ساعات الاستذكار وفترات للترويض وارتياد السينما والمسرح مرة على الأقل فى الاسبوع ...

يوم الجمعة اقض صباحه فى الرياضة ومساءه فى السينما أو المسرح او أمام التليفزيون .

● عليك بالغذاء الكامل الذى يشمل كمية كافية من البروتين والفيتامين والمعادن ، والاهتمام بالخضروات الطازجة والفواكه والاسترخاء لمدة ساعة بعد الغذاء .

● تحاشى المذاكرة فى السرير فهذا يساعد على استدعاء النوم وفيه ارهاق لعضلات العين مما يسبب الصداع ...

ولكننى انادى بألا تقل ساعات النوم عن ثمانية ساعات متصلة .

● تعاط القهوة والشاى باعتدال ... لأن الافراط فيهما يرهق الجهاز العصبى ويجعل النوم عسيرا ... أو غير عميق :

● افهم المادة ثم احفظها فى الذاكرة ....

والحفظ يحتاج الى تكرار ... والتكرار لا يعلم الحمار كما يقول المثل الدارج ولكنه يعلم الشاطر .

وعملية التلخيص على الورق تساعد على حفظ المعلومات لأن لكل من المعلومات المقروءة وتلك المكتوبة باليد مداخل مختلفة الى المراكز المخية :

مما سبق هل تعتبر الثانوية العامة ... كابوس مفزع ... أو غول لا اظن ... !

هل تعتقد من مجرد ذكر اسمها .. والمجموع والمذاكرة .. لا أعتقد ... :

فالواثق فى نفسه ليس عليه الا المذاكرة باخلاص واعطاء النفس والجسد الراحة الكافية ... وترك الباقى على الله سبحانه وتعالى :

★ ★ ★

فهرست

الموضوع	رقم الصفحة
● لا تضرب طفلك	٢
ـ الاحساس بالطمأنينة	
ـ حب الاستطلاع والمعرفة	
ـ الأدب « الخلقى »	
● طعام الافطار وذكاء التلاميذ	١٣
● طفلك .. والمدرسة والطب النفسى	١٥
ـ هل يمكن ان يذهب الطفل الى الطبيب النفسى ؟	
ـ ابنى .. يهرب من المدرسة	
ـ ابنى .. يؤلف قصصا كاذبة	
ـ ابنى .. يسرق أى شىء	
ـ ابنى يضرب زملائه	
ـ ماذا يفعل الوالدان ؟	
● شخصيتك	٢٥
ـ ماذا تعرف عن الشخصية	
ـ هل للوراثة دخل	
ـ الشخصية الهستيرية	
ـ الشخصية الانطوائية	
ـ الشخصية الوسواسة	

الموضوع | **رقم الصفحة**

- الشخصية الدورية
- الشخصية غير السوية
- الشخصية البارونية
- الشخصية العدوانية
- الشخصية السيكوباتية

● لماذا رسب ابنك ؟ ٣٨
- ذكاء الابن
- هل تكرر فشل ابنك في الدراسة

● مرض اسمه الثانوية العامة ٤٨
- ما هو الطريق الى العلاج ؟
- ضعف الذاكرة قبل الامتحان .
- كيف تقوى الذاكرة ؟

مكتبة المنزل الصحية

- العناية بالجلد والبشرة
- العناية بالقلب
- العناية بالجهاز الهضمى
- العناية بالعيون
- العناية بالشعر
- أسباب الحساسية وعلاجها
- أسباب السمنة وعلاجها
- أسباب النحافة وعلاجها
- أسباب الروماتيزم وعلاجه
- صحة ورشاقة الحامل بعد الولادة
- صحتك بعد الأربعين

صحة طفلك

ابنك والمدرسة

مرض السكر

- فوائد عسل النحل
- الاسعافات المنزلية

المركز العربى للنشر والتوزيع